



DEUTSCH

ERSTE-SCHRITTE-BROSCHÜRE
UND BEDIENUNGSANLEITUNG

LASSEN SIE UNS ANFANGEN!

Herzlichen Glückwunsch!

Sie werden gleich sehen, wie schnell, einfach und lecker gesundes Essen sein kann! Wir hoffen, dass Sie die Informationen in dieser Schritt-Für-Schritt-Anleitung hilfreich finden werden. Die Möglichkeiten sind unbegrenzt, und wir wissen, dass Sie Ihren neuen Vitamix-Lebensstil genießen werden!

Bitte die Anleitungen in dieser Broschüre vollständig lesen. Befolgen Sie danach die Reinigungsanleitungen auf Seite 14, um das Gerät für den Gebrauch vorzubereiten.

Wir empfehlen Ihnen, zuerst unsere Rezepte zu probieren. Wir haben sie jahrelang probiert, mit köstlichen Ergebnissen. Ihr Vitamix®-Gerät mischt jede Frucht oder Gemüse, aber nicht alle Kombinationen sind schmackhaft. Beginnen Sie mit den Rezepten in dieser Broschüre, und Sie werden rasch bereit sein für hunderte andere Rezepte.

Verwenden Sie das Rezeptbuch auch als Anleitung für eigene Rezepte. Beginnen Sie zunächst mit ähnlichen Zutaten. Wenn Sie besser mit Ihrem Gerät vertraut sind, werden Sie unbegrenzte Ideen für eigene, nahrhafte und schmackhafte Mahlzeiten nach Vitamix-Art haben!



Vita-Mix® Corporation

8615 Usher Road • Cleveland, Ohio 44138-2103, USA
www.vitamix.com • (800) 848-2649 • +1 (440) 235-4840 • service@vitamix.com
www.vitamix.ca • (800) 848-2649 • +1 (440) 235-4840 • service@vitamix.com
www.vitamix.co.uk • 0845 868 4566 • service@vitamix.com
www.vitamix.ie • 0766 709854 • service@vitamix.com
fr.service@vitamix.com • ger.service@vitamix.com • sp.service@vitamix.com

Setzen Sie sich mit Ihrem lokalen Vertreter in Verbindung falls Ihr Gerät nicht direkt bei Vita-Mix erworben wurde.

INHALTE

► VITAMIX® ÜBERSICHT

Wichtige Sicherheitsmassnahmen	4
Vitamix® Kundendienst	6
Produktregistrierung.....	6
Das Vitamix® Gerät	7
Der Deckel	8
Die Messer.....	9
Entfernen der Messer	10
Erneuern der Messer	10
Bedienfeld.....	11
Tipps für Geschwindigkeitseinstellungen	11
Stössel	12
Kabelwicklung	12
Überlastungsschutz.....	13
Reinigung und Pflege	14
Bedienen des Gerätes	16
Reinigung und Vorbereitung	17

► Schritt-Für-Schritt-Anleitung

Saft von Vollwertkost	19
Mixen	22
Trockenzerkleinerung	26
Nasszerkleinerung	29
Herstellung gefrorener Leckereien.....	33
Kochen	36
Mahlen im Behälter für Nassverarbeitung	39
Mahlen im Behälter für Trockenverarbeitung ..	42
Kneten	47

WICHTIGE SICHERHEITSMASSNAHMEN

Beim Gebrauch des Vitamix®-Gerätes sollten folgende Sicherheitsmassnahmen stets befolgt werden.

1. Alle Anleitungen durchlesen.
2. Zum Schutz gegen elektrischen Schlag, die Motoreinheit niemals in Wasser oder andere Flüssigkeit tauchen.
3. **⚠️WARNUNG!** Überwachung durch Erwachsene ist notwendig, wenn das Gerät von oder in der Nähe von Kindern benutzt wird. Dieses Gerät ist nur dann für den Gebrauch durch Personen (einschl. Kindern) mit verminderten physischen, sensorischen oder geistigen Fähigkeiten oder unzureichender Erfahrung bzw. Kenntnis geeignet, wenn sie von einer Person, die für ihre Sicherheit verantwortlich ist, überwacht werden oder von ihr über den Gebrauch des Geräts aufgeklärt wurden. Kinder sollten überwacht werden, um sicherzustellen, dass sie nicht mit dem Gerät spielen.

4. **⚠️WARNUNG!** Gerät ausschalten und vom Netz trennen, wenn es nicht benutzt wird, wenn Zubehörteile ausgewechselt oder Teile, die sich im Gebrauch bewegen, angefasst werden oder wenn das Gerät gereinigt wird.

5. **⚠️ACHTUNG!** Niemals bewegliche Teile berühren.
6. **⚠️WARNUNG!** Kein Gerät mit beschädigtem Kabel oder Stecker bedienen.
Ein beschädigtes Netzkabel muss aus Sicherheitsgründen vom Hersteller, einem seiner Kundendienstvertreter oder einer ähnlich qualifizierten Personen ausgetauscht werden. Bei Fehlfunktionen oder wenn das Gerät heruntergefallen ist oder beschädigt wurde, wenden Sie sich sofort für eine Prüfung, Reparatur, einen Ersatz oder eine elektrische oder mechanische Einstellung des Geräts an den Vitamix-Kundendienst, Tel. +1-440-235-4840 oder E-Mail service@vitamix.com. Setzen Sie sich mit Ihrem lokalen Vertreter in Verbindung, falls Ihr Gerät nicht direkt bei Vita-Mix Corporation erworben wurde.
7. **⚠️WARNUNG!** Bei Verwendung von Zubehör, welches nicht von Vita-Mix Corporation empfohlen oder verkauft wird, kann Verletzungsgefahr bestehen. **Von jeglicher Art der Änderung oder Modifikation dieses Produkts wird abgeraten, da dies zu Körperverletzungen führen könnte.**
8. Nicht im Freien verwenden.
9. Das Gerät oder das Stromkabel darf keine heisse Oberflächen berühren oder über den Rand eines Tisches oder Schalters hängen. Externe Hitzequellen können das Gerät beschädigen.
10. **⚠️WARNUNG!** Halten Sie Hände und Utensilien ausserhalb des Behälters während der Motor läuft, um die Möglichkeit schwerer Verletzungen und/oder Beschädigung des Vitamix-Gerätes zu vermeiden. Ein Teigschaber darf benutzt werden, aber nur wenn das Vitamix-Gerät abgeschaltet ist. Ein Stössel darf benutzt werden während der Motor läuft, nur wenn sich der Deckel auf dem Behälter befindet.

WICHTIGE SICHERHEITSMASSNAHMEN

11. **⚠️ WARNUNG!** Die Messer sind scharf. Mit Vorsicht bedienen.

- Niemals die Messer entfernen, wenn sich der Behälter auf der Motoreinheit befindet.
- Niemals mit losen oder beschädigten Messer bedienen.
- Zum Verringern der Gefahr von Verletzungen, die Messerbaugruppe niemals auf die Motoreinheit setzen, wenn der Vitamix-Behälter nicht richtig befestigt ist.

12. Das Fassungsvermögen entspricht der Maximal-Marke auf dem Behälter (d. h. 64 oz/2,0 l) und ist merklich niedriger bei dicken Mischungen.

13. Der Behälter soll nicht mehr als 2/3 voll sein, wenn der Stößel während der Bedienung am Platze ist. Niemals 30 Sekunden kontinuierlichen Laufens mit eingesetztem Stößel überschreiten.

14. **⚠️ ACHTUNG!** Beim Bereiten von Nussbutter oder Ölspeisen, nicht mehr als eine Minute laufen lassen nachdem sich die Zutaten bewegen. Ein übermäßiger Betrieb kann zu gefährlicher Überhitzung führen und Verbrühungen, Verbrennungen und andere Verletzungen verursachen.

15. **⚠️ WARNUNG!** Beim Verarbeiten von heißen Flüssigkeiten:

- Der zugehörige zweiteilige Deckel muss fest verriegelt sein. Dies ermöglicht das natürliche Entweichen des Dampfes und verhindert, dass sich der Deckel beim Einschalten des Gerätes löst.
- Keine heißen Flüssigkeiten mit Geschwindigkeit **HIGH** (△) anfangen. Bei heißen Flüssigkeiten immer mit **VARIABLE 1** anfangen, dann auf die im Rezept angegebene Geschwindigkeit schalten.
- Vorsicht beim Umgang mit heißen Flüssigkeiten. Es kann unter dem Deckel spritzen oder entweichender Dampf kann Verbrühungen und Verbrennungen bewirken.

16. Immer das Gerät mit dem vollständigen zweiteiligen Deckel verriegelt verwenden. Der Deckelverschluss soll nur entfernt werden beim Zugeben von Zutaten oder beim Benutzen des Stößels.

17. Fremdkörper wie Löffel, Gabeln, Messer oder der Deckelverschluss dürfen nicht im Behälter gelassen werden, andernfalls werden die Messer und andere Teile beschädigt, wenn das Gerät gestartet wird, und es kann zu Verletzungen kommen.

18. Die arbeitsplatzbezogene Geräuschemission des Gerätes beträgt 85 dB(A).

19. SICHERHEITSHINWEISE GUT AUFBEWAHREN.

Hinweis

Dieses Vitamix-Gerät mit Geschwindigkeitswahlknopf ist nur für die Anwendung im Haushalt bestimmt.

Die Anleitungen in dieser Veröffentlichung kann nicht jeden möglichen Umstand oder Situation decken. Beim Bedienen jedes Gerätes müssen Vernunft und Vorsicht angewandt werden.

DEUTSCH

VITAMIX®-KUNDENDIENST

Tragen Sie die Modell- und Seriennummer dieses Gerätes unten ein. Die Nummern stehen auf der Rückseite der Motoreinheit.

Modellnummer _____

Seriennummer _____

(unter dem Barcode auf der Rückseite der Motoreinheit.)

Kaufdatum _____

Gekauft bei _____

Behalten Sie diese Nummern für die Zukunft.

WICHTIG: Behalten Sie den Scheck, Kreditkartenauszug oder andere erhaltene Kaufdokumente. Das Datum dieser Einträge setzt die Garantieperiode fest, falls Kundendienst nötig sein würde. Wenn Kundendienst nötig ist, ist es in Ihrem Interesse alle Belege zu erhalten und zu bewahren.

Bevor Sie dieses Gerät aus irgendwelchem Grund zurückgeben, einschl. Reparatur, setzen Sie sich bitte zuerst mit unserer Kundendienstabteilung in Verbindung, Tel. +1-440-235-4840, service@vitamix.com oder setzen Sie sich mit Ihrem lokalen Vertreter in Verbindung.

PRODUKTREGISTRIERUNG

Genießen Sie künftig schnelleren und einfacheren Kundendienst, indem Sie sich einige Minuten Zeit nehmen, um Ihr Vitamix-Gerät jetzt zu registrieren. Ihre Garantie kann von Vita-Mix® Corporation oder einem autorisierten Händler eingelöst werden.

Wenn Sie Ihr Gerät nicht registrieren, wird Ihr Anspruch auf Garantie nicht beschränkt.

Wenn Sie Ihr Vitamix-Gerät direkt bei Vita-Mix® Corporation über die Website des Unternehmens oder telefonisch bei unserer Auftragsabteilung erworben haben, wurde das Gerät direkt beim Kauf registriert.

Ihr Gerät ist noch nicht registriert, wenn Sie es wie folgt erworben haben:

1. Von einem Händler in den USA oder einem internationalen Vertrieb*
2. im Einzel- oder Großhandel
3. Vitamix-Gerät als Geschenk erhalten
4. Nicht Originalbesitzer des Gerätes sind

Wählen Sie eine dieser einfachen Möglichkeiten, Ihr Gerät zu registrieren:

1. Online unter www.vitamix.com/warranty
2. Per E-Mail an service@vitamix.com
3. Einsenden der ausgefüllten Produktregistrierungskarte (nur Kunden in den USA und Kanada).
4. Telefonisch unter +1-440-235-4840, Option 2.

**Für Geräte, die von einem internationalen Vertrieb erworben wurden, leistet der Vertrieb die Garantie.*

DAS VITAMIX®-GERÄT

Zweiteiliger Deckel

Behälter

Messer

Motoreinheit

Bedienfeld

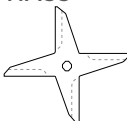
DECKELBESTANDTEILE

Deckelverschluss- In den Deckel stecken und festdrehen.

Deckel - Muss immer aufgesetzt werden, wenn das Gerät in Betrieb ist.

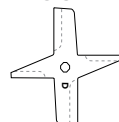
Deckeldichtung - Zur Abdichtung des Behälters.

NASS



Alle Vitamix-Modelle beinhalten einen Behälter mit Hammermühle und Schneidmessern für Flüssigkeiten, Gefrorenes, Teige und zum Zerkleinern. Die Nassmesser haben vier spitze Kanten und sehen aus wie auf der Abbildung links.

TROCKEN



Ein zusätzlicher Behälter mit Hammermühle und Schneidmessern (zum Mahlen von Getreide, Kaffee und zum Brotkneten), ist bei Vitamix erhältlich. Diese Messer haben zwei stumpfe und zwei spitze Kanten und sind mit "D" beschriftet. Die Trockenmesser sehen aus wie auf der Abbildung links.

BEDIENFELD

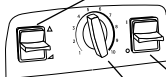
High (Δ) / Variable (Δ)-Schalter - **HIGH (Δ)** ist die schnellste Stufe und übersetzt die Einstellung des Geschwindigkeitswahlknopfes.

VARIABLE (Δ) muss eingestellt werden um den Geschwindigkeitswahlknopf zu verwenden.

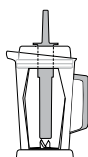
On (I) / Off (O)-Schalter - Schaltet das Gerät ein bzw. aus.

Geschwindigkeitswahlknopf -

Gestattet die Auswahl einer Vielzahl von geregelten Geschwindigkeiten.



STÖSSEL



Verwenden Sie den Stößel nur bei aufgesetztem Deckel und ohne Deckelverschluss. Die Spritzplatte (in der Nähe des Stößeloberteils) vermeidet, dass der Stößel die Messer berührt.

*Ihr Vitamix-Gerät kann geringfügig von den Bildern in dieser Anleitung abweichen.

DEUTSCH

DER DECKEL

⚠️ WARNUNG! Der Deckel muss während des Betriebes immer geschlossen sein, besonders beim Bearbeiten heißer Flüssigkeiten, die Verbrennungen zufügen können.

⚠️ ACHTUNG! Versuchen Sie niemals, bei laufendem Messer mit den Händen oder mit einem Spatel o. ä. in den Behälter zu greifen.

Deckel nicht mit Gewalt festdrücken. Ein neuer Deckel lässt sich einfacher aufsetzen, wenn Sie etwas pflanzliches Öl auf den Rand und die Dichtung unter dem Rand auftragen. Überschüssiges Öl abwischen. Lassen Sie den Deckel auf dem Behälter einrasten und warten Sie einige Minuten. Wenn der Deckel einige Zeit auf dem Behälter belassen wird, lässt er sich anschließend deutlich einfacher aufsetzen und abnehmen, auch ohne Öl.

Je nach Art des Deckels, den Sie mit Ihrem Vitamix-Gerät erhalten haben, verriegeln und entfernen Sie den Deckel wie beschrieben:



Zum Verriegeln des Deckels:

1. Die Deckeldichtung des zweiteiligen Deckels ist so an der Markierung des Behälters auszurichten, dass sich der Deckelrand vollständig im Inneren des Behälters befindet.
2. Die gegenüberliegende Seite des Deckels mit dem Handballen nach unten drücken, bis die Deckeldichtung am Behälter einrastet.

Zum Abnehmen des Deckels:

1. Pressen Sie fest gegen die Seiten des Deckels bis die Deckeldichtung aus der Behälterausparung freispringt.
2. Wenn sich der Deckel vom Behälter löst, weiter drücken und Deckel nach oben abheben. (Gegebenenfalls einen Löffelstiel durch den Ausguss schieben. Löffel nach unten drücken, und der Deckel springt auf.)

Zum Abnehmen des Deckelverschlusses:

Lösen Sie den Deckelverschluss entgegen dem Uhrzeigersinn und heben Sie ihn hoch.

Zum Verriegeln des Deckels:

1. Richten Sie den Deckel mit den „Flügeln“ zwischen dem Ausgußstutzen und dem Griff auf den Behälter aus.
2. Drücken Sie den Deckel auf den Behälter bis er einrastet.

Zum Verriegeln des Deckelverschlusses:

1. Führen Sie den Deckelverschluss durch den Deckel ein und sichern Sie ihn durch Drehen im Uhrzeigersinn. Für die Verwendung des Stößels oder um Zutaten hinzuzufügen, entfernen Sie nur den Deckelverschluss.

Zum Abnehmen des Deckels:

Halten Sie den Behälter fest und heben Sie ein „Deckelflügel“ an.

Zum Abnehmen des Deckelverschlusses:

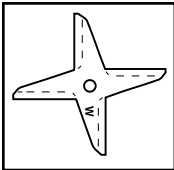
Lösen Sie den Deckelverschluss entgegen dem Uhrzeigersinn und heben Sie ihn hoch.

DIE MESSER

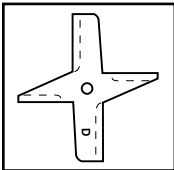
Das Vitamix-Gerät enthält standardmäßig einen Behälter für die Nassverarbeitung. Das Messer ist mit einem „W“ (für Nass) gekennzeichnet. Dieses Messer wird für die meisten Ihrer Rezepte verwendet. Weitere Behälter mit Nass- oder Trockenmessern können separat erworben werden.

⚠WARNUNG! Die Messer sind scharf. Mit Vorsicht bedienen.

- Niemals die Messer entfernen, wenn sich der Behälter auf der Motoreinheit befindet.
- Niemals mit losen oder beschädigten Messer bedienen.
- Zum Verringern der Gefahr von Verletzungen, die Messerbaugruppe niemals auf die Motoreinheit setzen, wenn der Vitamix-Behälter nicht richtig befestigt ist.



Behälter mit Messern für Nassverarbeitung: Zur Verarbeitung von Flüssigkeiten einschl. Säfte, gefrorene Mischungen, Sossen, Suppen, Pures, Teige, und Nasshacken. Die Messer für die Nassverarbeitung können auch Körner zerkleinern und Teig kneten, aber sie sind nicht so wirksam wie die Messer für die Trockenverarbeitung in dieser Anwendung. Bei Verwendung zum Mahlen wird der Behälter verkratzt und trüb.



Behälter mit Messern für Trockenverarbeitung: Die Messer sind eindeutig mit „D“ markiert und speziell für das Mahlen von trockenen Zutaten wie Getreide, Körner und Kaffee entwickelt. Sie werden außerdem zum Kneten von Brotteig eingesetzt. Flüssigkeiten können von den Trockenmessern nicht effizient verarbeitet werden.

⚠Achtung: Trockenes nicht länger als 2 Minuten verarbeiten; andernfalls kann das Gerät beschädigt werden. Regelmäßige Verwendung kann zu Verfärbung des Behälters und zu einem vorzeitigen Verschleiß der Messer führen.

***Hinweis:** Die in manchen Kräutern enthaltenen flüchtigen Öle können den Behälter dauerhaft verfärben. Andere Kräuter wiederum hinterlassen einen so starken Geruch, dass Speisen, die danach in diesem Behälter zubereitet werden, nach ihnen schmecken. Beim Zerkleinern bestimmter Kräuter und Gewürze kann es zu einem vorzeitigen Verschleiß der Messer kommen oder der Behälter kann brüchig werden.*

Falls Sie regelmäßig Kräuter verarbeiten, ist es ratsam, einen separaten Behälter anzuschaffen und die Messer je nach Bedarf zu ersetzen.

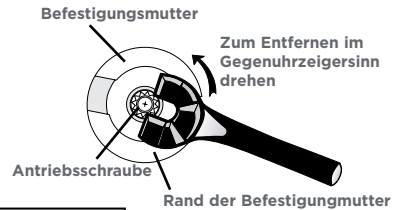
ENTFERNEN DER MESSER

⚠ ACHTUNG! Messer nur ausbauen, wenn es unbedingt notwendig ist!

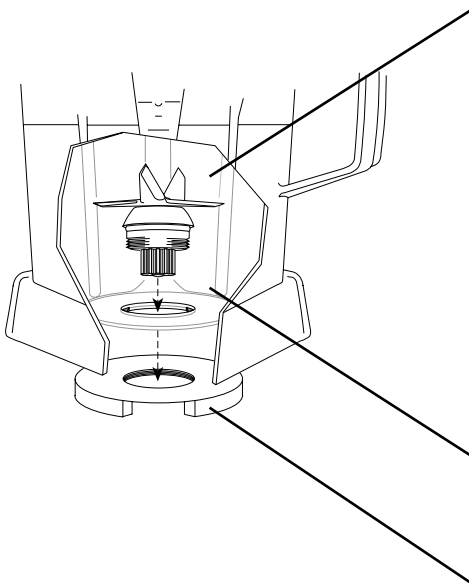
Behälter umdrehen und fest anpacken. Schlüssel in den Behälter einsetzen und im Gegenuhrzeigersinn drehen, um die Befestigungsmutter zu lösen. Die Befestigungsmutter von Hand entfernen. Ein besonderer Schlüssel kann beim Vitamix-Kundendienst erworben werden.

VORSICHTIG die Messer entfernen indem sie mit einem Tuch angefasst werden und gerade herausgehoben werden. Vorsicht beim Hantieren der Messer. Diese sind sehr scharf.

⚠ WARNUNG! Versuchen Sie niemals, die Messerbaugruppe oder die Motoreinheit zu zerlegen. Bitte kontaktieren Sie den Vitamix-Kundendienst oder Ihren nächst gelegenen Fachhändler bezüglich Informationen über Reparaturdienste.



ERNEuern DER MESSER



Messereinsatz. Vorsicht beim Hantieren der Messer. Diese sind sehr scharf.

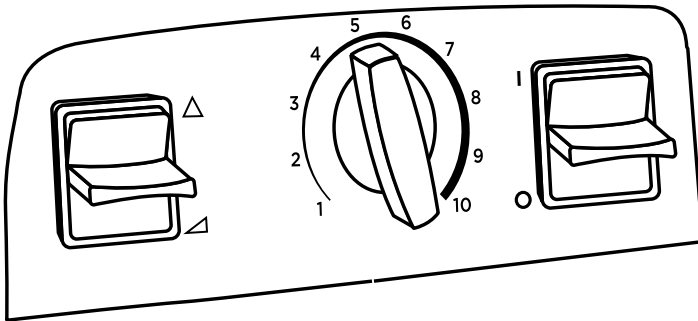
Die Messer mit einem Tuch anfassen, in das Unterteil des Behälters einsetzen und die flachen Seiten ausrichten. Befestigungsmutter aufsetzen und mit der Hand festziehen. Vorsichtig im Uhrzeigersinn mit dem Schlüssel anziehen. **Keine Gewalt anwenden.**

Hinweis: Durch Festhalten der Messer mit einem Tuch verhindern Sie, dass sich die Messer beim Festziehen der Mutter bewegen und dass die Gewinde oder der Behälter beschädigt werden.

Antriebsschraube. Passt in das Antriebszahnrad in der Motoreinheit damit sich die Messer drehen können.

Befestigungsmutter. Muss fest sitzen. Zum Festziehen ist ein Schlüssel notwendig (siehe oben).

BEDIENFELD



On/Off-Schalter. Nach oben drücken zum Einschalten (I). Nach unten drücken zum Abschalten (O).

Schalter HIGH/VARIABLE. HIGH (△) ist die schnellste Geschwindigkeit. Auf VARIABLE (▽) schalten, um alle unteren Geschwindigkeiten zu aktivieren.

Der Geschwindigkeitswahlknopf stellt viele Geschwindigkeiten ein. Er ist nur aktiv, wenn der Schalter HIGH/VARIABLE auf der Stellung VARIABLE (▽) steht.

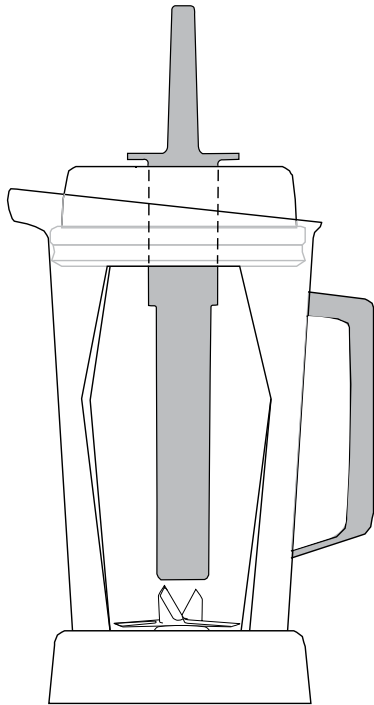
TIPPS FÜR GESCHWINDIGKEITS-EINSTELLUNGEN

Das Gerät muss immer mit dem linken Schalter in der Position VARIABLE (▽, unten) und dem mittleren Geschwindigkeitswahlknopf auf 1 gestartet werden. Erhöhen Sie die Geschwindigkeit wie für das Rezept erforderlich. Dies ist insbesondere wichtig, wenn Sie dicke und heiße Mischungen, Mixen, Zerkhacken, Fleischhacken und die Zubereitung von einzelnen Portionen beginnen. **VARIABLE mit Vorsicht verwenden. Das zu lange Mischen mit einer zu niedrigen Geschwindigkeit wird die Maschine überhitzen und bewirken, dass der automatische Überlastungsschutz die Maschine ausschaltet.**

Benutzen Sie **HIGH** (△) besonders für Säfte, Suppen, Shakes, gefrorene Mischungen, Pürees, Nussbutter und Kornmahlen. Das Verarbeiten nimmt im allgemeinen weniger als eine Minute (meistens weniger als **30 Sekunden**) in Anspruch. Die Geschwindigkeit **HIGH** (△) ermöglicht die beste Qualität, und zerkleinert Eis, gefrorene Früchte, Früchte oder Gemüse und Körner zu einer weichen, nicht bröckeligen Konsistenz. **Außerdem wird der Ventilator für den Motor gestartet, um eine Überhitzung zu vermeiden.**

Wenn Sie unsicher sind, überwachen Sie den Mischprozess. Falls die Nahrung sich bei **HIGH** (△) nicht bewegt, kann das Gerät überladen sein oder sich eine Luftblase gebildet haben. Gerät ausschalten und die Luftblase mit dem Stößel durch die Deckelöffnung entfernen. Falls der Stößel unwirksam ist, die Geschwindigkeit senken. Öfters bewegt sich der Inhalt eher bei niedrigeren Geschwindigkeiten als bei hohen. Wenn sich die Nahrung frei bewegt, auf **HIGH** (△) umschalten und mit der Verarbeitung fortfahren.

STÖSSEL



Mit dem Stößel kann die Verarbeitung von sehr dicken und/oder gefrorenen Mischungen, die in einem üblichen Mixer nicht gemischt werden können, beschleunigt werden. Mit dem Stößel vermeidet sich das Bilden von Luftblasen. Mit dem Stößel können Sie während dem Betrieb, und nur durch die Deckelöffnung, Zutaten beim Erzeugen von Eis, Nussbutter oder Frucht- und Gemüsepürees in die Messer drücken.

⚠ ACHTUNG! Verwenden Sie den Stößel nur bei aufgesetztem, eingerastetem Deckel und ohne Deckelverschluss.

- Die Spritzplatte (in der Nähe des Stößeloberteils) und der Deckel vermeiden, dass der Stößel die Messer berührt, wenn der Deckel sicher eingerastet ist.
- Der Behälter soll nicht mehr als 2/3 voll sein, wenn der Stößel während der Bedienung am Platze ist.
- Den Stößel nicht länger als 30 Sekunden verwenden (Vermeiden von Überhitzung).
- Wenn dicke Mischungen sich nicht mehr bewegen, hat sich womöglich eine Luftblase gebildet. Stecken Sie den Stößel durch den Deckel und rühren Sie, um die Luftblase zu entfernen.
- Nicht immer hilft das senkrechte Herunterhalten des Stößels bei der Bewegung der Zutaten. Falls nötig, den Stößel gegen die Seite oder Ecke des Behälters richten.

KABELWICKLUNG

- Stromkabel: Ihr Gerät besitzt ein langes Stromkabel. Die nicht benutzte Länge sauber im Unterteil verstauen.
- Plastik-Kabelhalter: Diese befestigen das Kabel auf sicherer Weise. Die Kabelhalter brauchen nicht zum Ausrollen von mehr Kabel abgeschraubt werden. Sie sind flexibel und gehen in ihre Stellung zurück nachdem das Kabel herausgenommen wurde.

ÜBERLASTUNGSSCHUTZ

Ihr Vitamix-Gerät besitzt ein spezielles Merkmal: einen Überlastungsschutz. Diese integrierte Funktion schützt den Motor und verhindert, dass Ihr Gerät überhitzt. Eine große Beruhigung für jeden Vitamix-Eigentümer!

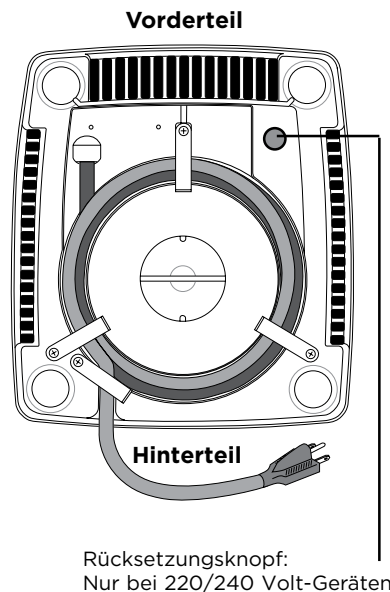
Der Überlastungsschutz schaltet bei Auslösung den Motor sofort aus. Dabei kann er einen leichten Fremdgeruch verströmen. KEINE SORGE. Es ist ein Zeichen dafür, dass diese spezielle Funktion Ihres Vitamix-Gerätes ausgelöst hat und den Motor schützt.

Tipps, um eine Überlastung des Vitamix-Gerätes zu verhindern:

- Solange Sie mit dem Gerät noch nicht vertraut sind, nur Rezepte von Vitamix zubereiten.
- Rezepte nicht mit niedrigeren Geschwindigkeiten als empfohlen verarbeiten.
- Rezepte nicht mit höheren Geschwindigkeiten als empfohlen verarbeiten.
- Rezepte nicht länger als empfohlen verarbeiten.
- Verwenden Sie den Stößel, um Luftblasen zu beseitigen, dickere Mischungen zu verarbeiten und Zutaten zu bewegen und in die Messer zu drücken.

Wenn der Überlastungsschutz einmal auslöst, gehen Sie wie folgt vor:

- 120 Volt-Maschinen: Schalten Sie den Strom bis zu 45 Minuten aus (OFF), damit der Schalter zurücksetzen kann. Die Rücksetzungszeit verlängert sich bei hoher Raumtemperatur. Um die Rücksetzungszeit zu verringern, den Behälter entfernen und Luft in das Mittelteil Untersatzes mit einem Föhn blasen, der auf Kalt geschaltet ist.
- 220/240 Volt-Geräten: 220/240 Volt-Motore sind mit einem Rücksetzungsknopf ausgerüstet. Wenn der Motor abschaltet, den schwarzen Knopf auf dem Maschinenunterteil drücken.



REINIGUNG UND PFLEGE

Behälter und Deckel



Reinigen Sie den neuen Deckel vor dem ersten Gebrauch, um Ölverunreinigungen oder Schmutzpartikel, die von der Herstellung oder vom Transport herrühren, zu entfernen.

1. Befüllen Sie den Behälter zur Hälfte mit warmem Wasser und geben Sie zwei Tropfen flüssiges Spülmittel hinzu.
2. Deckel samt Deckelverschluss aufsetzen und einrasten lassen.
3. Wählen Sie Variable 1. Stellen Sie das Gerät an und erhöhen Sie die Geschwindigkeit zügig auf Variable 10 und dann auf High (Δ).
4. Lassen Sie das Gerät 2 Minuten lang auf High (Δ) laufen.
5. Gerät ausschalten Off, (O).
6. Behälter, Deckel und Deckelverschluss unter laufendem Wasser abspülen. Teile lufttrocknen lassen oder mit einem sauberen Lappen abtrocknen.

Anmerkungen: Nach der Verarbeitung von dickflüssigen Massen, wie z. B. Brot- oder Kuchenteig, muss das Gerät zusätzlich von Hand gereinigt werden. Es wird nicht empfohlen, den Behälter in die Geschirrspülmaschine zu geben. Bei einer Aufbewahrung des Deckels auf dem Behälter sollten Sie entweder den Deckelverschluss öffnen oder den Deckel und den Behälter gut abtrocknen, damit sich kein unangenehmer Geruch entwickeln kann.

REINIGUNG UND PFLEGE

Motoreinheit

1. Vor der Reinigung immer den Stecker herausziehen.
2. Das Gerät außen mit einem weichen Tuch oder Schwamm, etwas warmem Wasser und einem milden Spülmittel reinigen. Für eine gründlichere Reinigung kann das Zentrierkissen entfernt werden.
3. Schalter gründlich reinigen, damit sie sich frei bewegen können. Ein weiches Tuch oder einen Schwamm benutzen, um die Zwischenräume der Schalter zu reinigen.
4. Motoreinheit mit einem weichen Tuch trocken wischen.

⚠ ACHTUNG! Tauchen Sie die Motoreinheit nicht in Wasser oder andere Flüssigkeiten.



Ausbau des Messers / Motoreinheit

Versuchen Sie niemals, die Messerbaugruppe oder die Motoreinheit zu zerlegen.

Manchmal kann es erforderlich sein, die gesamte Messerbaugruppe aus dem Behälter zu entfernen und Ihre Messe einer zusätzlichen Reinigung zu unterziehen. Ein leicht handzuhabender Schlüssel zum Ausbau des Messers ist von Vita-Mix Corporation erhältlich.

BEDIENEN DES GERÄTES

1. Vergewissern Sie sich, dass das Gerät AUS ist und der Motor im Stillstand ist.
2. Den Behälter für die Nassverarbeitung auf die Motoreinheit setzen und mittels dem Zentrierkissen ausrichten.
***Hinweis:** Den Behälter für die Trockenverarbeitung nur für harte, trockene Zutaten wie Körner und zum Teigrühren verwenden.*
3. Zuerst Flüssigkeiten und weiche Zutaten in den Behälter geben, harte Zutaten und Eis zuletzt. Obwohl nicht nötig zum Mixen, möchten Sie vielleicht die Zutaten in kleinere Teile schneiden zur besseren Abmessung der Ingredienzen.
4. Immer den zweiteiligen Deckel beim Mixen benutzen (ausgenommen der Stößel ist im Deckel eingesetzt). Vergewissern Sie sich, dass der Deckel sicher befestigt ist.
5. Die gewünschte Geschwindigkeit wählen. Viele Gerichte werden mit Geschwindigkeit HIGH (△) gemischt. Es empfiehlt sich alle Mischungen, die mit (△) gemischt werden sollen, bei VARIABLE 1 anfangen, dann auf rasch auf VARIABLE 10, und danach auf HIGH (△). Dies ist besonders wichtig beim Mischen heißer Zutaten, oder beim Arbeiten mit einem vollen Behälter zum Vermeiden von Spritzern.
6. Wenn die Mischung sich nicht mehr bewegt, hat sich womöglich eine Luftblase gebildet. Wenn das Einführen des Stößels die Luftblase nicht entfernt, die Geschwindigkeit von HIGH (△) auf VARIABLE 10 reduzieren und den Geschwindigkeitswahlknopf von 10 auf 5 reduzieren. Mit dem Stößel rühren bis sie "rülpsst". Wenn diese Methode nicht funktioniert, Motor abstellen, Behälter von der Motoreinheit entfernen und ein Teigschaber benutzen, um die Luftblase von den Messern wegzudrücken. Den Behälter wieder auf die Motoreinheit setzen, Deckel wieder aufsetzen und mit dem Mixen fortfahren.
7. Die Verarbeitungszeiten sind wegen der Geschwindigkeit erheblich kürzer als bei herkömmlichen Geräten. Überwachen Sie sorgfältig die Zeit bis Sie an das Gerät gewöhnt sind.
8. Nach dem Abschalten des Gerätes, bis zum Stillstand der Messer warten bevor der Deckel oder Behälter von der Motoreinheit entfernt werden.

***Extratipp:** Falls der Motor abschaltet, befolgen Sie die Anleitungen für den Überlastungsschutz/Rücksetzungsknopf des Gerätes und sehen Sie auch Ihre Verarbeitung nach. Ihre Rezepte könnten: zu dick sein, zu viel Material enthalten, oder zu lange oder mit zu niedriger Geschwindigkeit verarbeitet worden sein. Immer wenn möglich HIGH (△) benutzen.*

Sollte der Motor überhitzen, aber der automatische Überlastungsschutz hat das Gerät nicht ausgeschaltet, abschalten und Behälter entfernen. Wählen Sie VARIABLE 10. 1 Minute laufen lassen. Dies kühlt den Motor rasch ab.

⚠️WARNUNG! Beim Verarbeiten von heißen Flüssigkeiten:

- Seien Sie vorsichtig. Heißer Dampf oder Spritzer können Verbrennungen verursachen.
- Deckel verriegelt. Dies verhindert dass er wegen der Expansion weggeblasen wird beim Anlassen der Maschine.
- Mit VARIABLE 1 anfangen, auf 10 schalten, dann auf Geschwindigkeit HIGH (△) schalten.
- NIEMALS MIT GESCHWINDIGKEIT HIGH (△) BEI HEISSEN ZUTATEN ANFANGEN.

***Hinweis:** Die benötigte Eismenge und die angegebene Mixzeit sind je nach Temperatur und Form der Eiswürfel, Konsistenz der Lebensmittel, Verarbeitungsgeschwindigkeit usw. unterschiedlich und können von den Angaben im Rezept leicht abweichen.*

REINIGUNG UND VORBEREITUNG



Obst und Gemüse

Alle Produkte gründlich säubern, um Schmutz, Keimlinge oder Spritzmittelrückstände zu entfernen. Spritzmittelrückstände lassen sich einfacher abwaschen, wenn Sie dem Wasser einen Tropfen Geschirrspülmittel zusetzen. Sie können auch eines der Spezialprodukte zum Waschen von Obst und Gemüse verwenden, die derzeit erhältlich sind. Gründlich abspülen.

Benutzen Sie eine Gemüsebürste für Karotten und andere harte Produkte, wenn Sie vorhaben, die Schale zu essen.

Brokkoli, Blumenkohl und ähnliche Produkte, die keine glatte Schale oder Oberfläche haben vor dem Reinigen zerkleinern.

Die äusseren Blätter von Kohlköpfen entfernen. Kohlköpfe schneidet man am besten in 4 cm starke Stücke. So werden sie von den Messern am besten zerkleinert.

Wenn erwünscht, schneiden Sie Sellerie und Karotten für leichtere Verarbeitung in 3 bis 8 cm grosse Stücke.

Wie in anderen Rezepten, werden Bananen, Ananas und Zwiebel immer geschält.

Waschen Sie Erdbeeren genau vor dem Beifügen zu einem Rezept.

SAFT VON VOLLWERTKOST

Hier ein anderer Grund, warum das Vitamix®-Gerät anders als sonstige Apparate zur Nahrungsmittelzubereitung ist. Wenn Sie Saft herstellen, wird ein beim Vitamix-Gerät einmaliger Prozess gestartet und die Zellwände von ganzem Obst und Gemüse werden aufgespalten - dadurch wird der Saft freigesetzt, aber alle wichtigen Nährstoffe bleiben erhalten. Im Unterschied zu Saft aus einem Entsafter, liefert der Vitamix-Saft den gesundheitlichen Nutzen sowohl des Saftes als auch der Fruchtfaser. Das Vitamix-Gerät hat die Motorleistung, die Kraft, die Geschwindigkeit und das Messerdesign, um es reibungslos möglich zu machen, indem die Fasern zerschlagen und in mikroskopische Stücke gebrochen werden, die leicht verdaulich sind. Das Ergebnis: sahnig glatter Saft - voller wertvoller Ballaststoffe!

SAFT VON VOLLWERTKOST

► SCHRITT FÜR SCHRITT

„Frisch aus dem Garten“-Cocktail

Zubereitung: 5 Minuten

Verarbeitung: 1 Minute

Ergibt: 1 3/4 Tassen (420 ml)

1 1/2 mittelgroße Tomaten oder 1 Tasse
(240 ml) Tomaten aus der Dose

1/2 Tasse (15 g) frischer Spinat, gewaschen

1/2 Karotte mittlerer Größe

1 Esslöffel Zwiebeln, gewürfelt

1 Zweig Petersilie

1/2 kleine rote oder grüne Paprika

1/8 Teelöffel Tabasco (nach Wahl)

1/2 Teelöffel Worcestershire Sauce (nach
Wahl)

Prise Salz (wahlweise)

1 Tasse (240 ml) Eiswürfel

1. Geben Sie alle Zutaten in der aufgeführten Reihenfolge in den Behälter, setzen Sie den Deckel auf und lassen Sie ihn einrasten.
2. Variable 1 wählen.
3. Gerät anstellen und schnell auf Variable 10 schalten, dann auf High.
4. 1 Minute laufen lassen, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist.



Einfache Saftrezepte für den Anfang

Ananassaft



Zubereitung: 5 Minuten
Verarbeitung: 1 Minute
Ergibt: 1 1/2 Tassen (360 ml)

2 1/2 Tassen (400 g) frische Ananasstücke, das Herzstück eingeschlossen.

1 Tasse (240 ml) Eiswürfel

1. Geben Sie alle Zutaten in der aufgeführten Reihenfolge in den Behälter, setzen Sie den Deckel auf und lassen Sie ihn einrasten.
2. Variable 1 wählen.
3. Maschine anstellen und schnell auf Variable 10 schalten, dann auf High.
4. 1 Minute laufen lassen, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist.

Bananen-, Orangen- und Karottengeränk



Zubereitung: 5 Minuten
Verarbeitung: 1 Minute
Ergibt: 2 Tassen (480 ml)

1/2 Banane, geschält

1 Orange, geschält und halbiert

1 Babykarotte

1/4 Tasse (30 g) Sellerie, klein geschnitten

1/2 Tasse (120 ml)

Preiselbeersaft

1 Tasse (240 ml) Eiswürfel

1. Geben Sie alle Zutaten in der aufgeführten Reihenfolge in den Behälter, setzen Sie den Deckel auf und lassen Sie ihn einrasten.
2. Variable 1 wählen.
3. Maschine anstellen und schnell auf Variable 10 schalten, dann auf High.
4. 1 Minute laufen lassen, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist.

MIXEN

Dies ist vielleicht die erfreulichste Eigenschaft Ihres Vitamix®-Gerätes. Die Feinmechanik des Vitamix-Gerätes macht es möglich, die besten Mixrezepte auf jeder Geschwindigkeit zu erzielen. Ob Sie cremige Smoothies machen, ein würziges Salatdressing herstellen, köstliche Cremes rühren, Milchersatz erzeugen, Getränke mixen oder Butter und Backteige vermengen, das Vitamix-Gerät macht es alles unglaublich einfach! „Das Geheimnis liegt im Geschwindigkeitswahlknopf. Er erlaubt Ihnen, die Messer zu kontrollieren und bietet somit Vielseitigkeit auf verschiedenen Mixgeschwindigkeiten.“ Sie können ab jetzt Lebensmittel auf völlig neue und einfallsreiche Weise zubereiten. Entdecken Sie jede Menge Rezepte, die Sie voller Freude zubereiten werden, in Ihrem Vitamix Vollwertkost-Rezeptbuch. Wir haben hier für den Anfang nur einige vorgeschlagen.

MIXEN

► SCHRITT FÜR SCHRITT

Frucht-Smoothie

Zubereitung: 5 Minuten

Verarbeitung: 1 Minute

Ergibt: 2 1/2 Tassen (600 ml)

1 Tasse (150 g) rote oder grüne Trauben

1 Tasse (150 g) frische Erdbeeren

1 kleine Banane, geschält

1 Tasse (240 ml) Eiswürfel

Tipp: Wenn Sie gefrorene Erdbeeren benutzen, fügen Sie kein Eis hinzu!

1. Geben Sie alle Zutaten in der aufgeführten Reihenfolge in den Behälter, setzen Sie den Deckel auf und lassen Sie ihn einrasten.
2. Variable 1 wählen.
3. Maschine anstellen und schnell auf Variable 10 schalten, dann auf High.
4. 1 Minute laufen lassen, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist.

Hinweis: Geben Sie die Zutaten immer in der im Rezept angegebenen Reihenfolge in den Behälter: Flüssiges und Weiches zuerst, trockene Zutaten und/oder Eis am Schluss. Diese Reihenfolge sorgt dafür, dass das Gerät optimal funktioniert und Sie gelungene, wohlschmeckende Speisen zubereiten. Das leistungsstarke Vitamix-Gerät liefert perfekt gemischte cremige Kombinationen.



Einfache Mixrezepte für den Anfang

Vollwert-Frucht-Margarita



Hinweis: Dieses Getränk enthält Alkohol. Das Rezept kann für kleinere Mengen reduziert werden.

Zubereitung: 7 Minuten
Verarbeitung: 45 Sekunden
Ergibt: 8 Tassen (1,9 l)

1 mittlere Orange, geschält und halbiert
1 Zitrone, geschält, halbiert, entkernt
1 Limone, geschält und halbiert
1/4 Tassen (50 g) +
2 Esslöffel (25 g) Zucker
1/4 Tassen (60 ml) Wasser
180 ml Tequila
60 ml Grand Marnier
6 Tassen (1.4 l) Eiswürfel

1. Geben Sie alle Zutaten in der aufgeführten Reihenfolge in den Behälter, setzen Sie den Deckel auf und lassen Sie ihn einrasten.
2. Variable 1 wählen.
3. Maschine anstellen und schnell auf Variable 10 schalten, dann auf High.
4. 45 Sekunden laufen lassen und die Zutaten mit dem Stößel nach unten drücken, damit sie von den Messern erfasst werden.
5. In Margarita-Gläsern mit Salzrand gießen.

Reismilch



Zubereitung: 5 Minuten
Verarbeitung: 2-3 Minuten
Ergibt: 2 Tassen (480 ml)

1/2 Tasse (100 g) brauner Reis, gekocht
2 Tassen (480 ml) Wasser
1/2 bis 1 Esslöffel brauner Zucker oder anderes Süßungsmittel zum Abschmecken (wahlweise)

1. Geben Sie alle Zutaten in der aufgeführten Reihenfolge in den Behälter, setzen Sie den Deckel auf und lassen Sie ihn einrasten.
2. Variable 1 wählen.
3. Maschine anstellen und schnell auf Variable 10 schalten, dann auf High.
4. 2-3 Minuten laufen lassen, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist.
5. Im Kühlschrank aufbewahren. Vor dem Servieren gut schütteln.

Hinweis: Falls gewünscht, geben Sie einen 1/2 Teelöffel Vanille hinzu.

Einfache Mixrezepte für den Anfang

Gefrorener Capuccino



Zubereitung: 5 Minuten
Verarbeitung: 30 Sekunden
Ergibt: 1 1/4 Tassen (300 ml)

1 Tasse (240 ml) Magermilch
 1 Esslöffel weiße
 Schokoladenstückchen
 2 Teelöffel Instantkaffee
 1 Teelöffel Vanilleextrakt
 Zucker zum Abschmecken
 (wahlweise)
 1/2 Tasse (120 ml) Eiswürfel

1. Geben Sie alle Zutaten in der aufgeführten Reihenfolge in den Behälter, setzen Sie den Deckel auf und lassen Sie ihn einrasten.
2. Variable 1 wählen.
3. Maschine anstellen und schnell auf Variable 10 schalten, dann auf High.
4. 30 Sekunden laufen lassen, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist.

Variante: Für eine nicht alltägliche Alternative, benutzen Sie anstatt der Magermilch Sojamilch.

Kichererbsenpaste



Zubereitung: 5 Minuten
Verarbeitung: 1 Minute
Ergibt: 3 3/4 Tassen (900 ml)

2 Dosen (425 g)
 Kichererbsen, eine abgetropft, eine inkl. Flüssigkeit
 1/4 Tasse (35 g) rohe
 Sesamkörner
 1 Esslöffel Olivenöl
 1/4 Tasse (60 ml) Zitronensaft
 1 Knoblauchzehe, geschält
 1 Teelöffel Kreuzkümmel
 Salz zum Abschmecken

1. Geben Sie alle Zutaten in der aufgeführten Reihenfolge in den Behälter und setzen Sie den Deckel auf.
2. Variable 1 wählen.
3. Maschine anstellen und schnell auf Variable 10 schalten, dann auf High.
4. 1 Minute laufen lassen und die Zutaten mit dem Stößel nach unten drücken, damit sie von den Messern erfasst werden.
5. Mit Salz abschmecken.

TROCKENZERKLEINERUNG

Hier eine andere lästige Pflicht, die mit dem Vitamix®-Gerät unglaublich einfach ist. Trockenzerkleinerung wird für Sachen wie Karotten, Oliven, Nüsse, Kokosnüsse, Zwiebeln, Eier und Käse verwendet. Mit dem Vitamix-Gerät sind diese Aufgaben schnell, leicht und erfordern wenig Säuberung. Für die besten Resultate zerkleinern Sie nur jeweils eine Tasse. Sie entscheiden wie grob oder fein Sie das fertige Produkt haben wollen, indem Sie einfach den Geschwindigkeitswahlknopf anpassen. Je schneller die Geschwindigkeit, desto feiner die Zerkleinerung. Denken Sie daran, die maßgefertigte Hammermühle und die Schneidmesser machen die ganze Arbeit, Sie brauchen nichts zu tun. Sie können sogar verschiedene Produkte im gleichen Behälter kombinieren, und so noch mehr Zeit sparen.

TROCKENZERKLEINERUNG

► SCHRITT FÜR SCHRITT

Zwiebeln und Eier hacken

1. Deckel auf dem Vitamix-Behälter einrasten und Deckelverschluss entfernen.
2. Variable 3 wählen.
3. Stellen Sie das Gerät an und legen Sie die hartgekochten Eier oder geviertelte Zwiebel durch die Deckelöffnung auf die Messer. Lassen Sie das Gerät laufen bis die gewünschte Struktur/Grobkörnigkeit erreicht ist. Hacken Sie für beste Ergebnisse in kleinen Mengen.



Einfache Trockenzerkleinerungsrezepte für den Anfang

Käse reiben



1. Kalten Käse in 4 cm starke Stücke schneiden. 1 Tasse (130 g) abmessen.
2. Deckel auf dem Vitamix-Behälter einrasten und Deckelverschluss entfernen.
3. Variable 5 oder 6 wählen.
4. Stellen Sie das Gerät an und legen Sie die kalten Käsestücke durch die Deckelöffnung auf die Messer. Lassen Sie das Gerät laufen bis die gewünschte Struktur/Grobkörnigkeit erreicht ist. Erhöhen Sie ggf. die Geschwindigkeit, um den gewünschten Feinheitsgrad zu erreichen.
5. Behälter umdrehen und leicht auf ein Schneidbrett oder auf eine flache Oberfläche klopfen, um den geriebenen Käse zu entfernen.

Karotten zerkleinern



1. Deckel auf dem Vitamix-Behälter einrasten und Deckelverschluss entfernen.
2. Schneiden Sie 3 Karotten in 2,5-5 cm grosse Stücke oder benutzen Sie kleine Karotten.
3. Variable 5 oder 6 wählen.
4. Stellen Sie das Gerät an und legen Sie die Karottenstücke nacheinander bei laufendem Messer durch die Deckelöffnung in den Behälter. Gerät laufen lassen, bis die Karotten zerkleinert sind.
5. Behälter umdrehen und leicht auf ein Schneidbrett oder auf eine flache Oberfläche klopfen, um die gehackten Karotten zu entfernen.

NASSZERKLEINERUNG

Der Unterschied zwischen Nass- und Trockenzerkleinerung ist, dass erstere Möglichkeit Wasser oder andere Flüssigkeiten einsetzt, um die Produkte beim Zerkleinern voranzuschieben. Wasser zieht die Produkte in die Messer und bewirkt so eine gleichmässige Zerkleinerung. Die Zerkleinerungsart, ob grob oder fein, wird durch die mit dem Geschwindigkeitswahlknopf gewählte Geschwindigkeit festgelegt. Mit Nasszerkleinerung können Sie leicht Gemüse für Suppen, Salate, "Pfannenrühren", Beilagen und Krautsalat vorbereiten. Es ist auch die empfehlenswerte Zubereitung für alle rohen Gemüse, wenn eine gleichmässige Zerkleinerung erwünscht ist (z.B. Salsa). Jedoch wird zur Nasszerkleinerung der Salsazutaten keine zusätzliche Flüssigkeit benötigt, da die abgegebene Flüssigkeit das Gemüse in die Messer schiebt. Anfallende Flüssigkeiten nicht wegwerfen, sondern aufheben und für Suppen oder Soßen verwenden!

NASSZERKLEINERUNG

► SCHRITT FÜR SCHRITT

Kohlkopf zerkleinern

1. Den Kohl (Weißkohl, Rotkohl oder gemischt) in 4 cm starke Stücke schneiden und in den Vitamix-Behälter geben. Reichlich Wasser zugeben, damit der Kohl oberhalb der Messer schwimmt.
2. Deckel schließen und einrasten lassen.
3. High wählen. Den Schalter 1 Sekunde lang ein- und sofort wieder ausschalten. Bei Bedarf 2 bis 3 Mal wiederholen. Nicht zu lange laufen lassen.
4. Kraut abgießen und in eine Schüssel geben.



Einfache Nasszerkleinerungsrezepte für den Anfang

Eis zerkleinern



Es ist einfach, es ist mühelos und in drei Sekunden gemacht! Giessen Sie das Wasser ab und Sie werden überrascht sein, wie gleichmäßig das Eis gecrusht ist. Verwenden Sie es für perfekte Partydrinks, mit Geschmackssirup für das Dessert der Kinder oder um das Picknick kühl zu halten.

1. Eiswürfel in den Vitamix-Behälter füllen. Wasser zugeben, bis die Eiswürfel über den Messern schwimmen (zum Zerkleinern von Eis nichts anderes als Wasser zugeben).
2. Deckel schließen und einrasten lassen.
3. High wählen. Gerät für 3 Sekunden einschalten.
4. Wasser abschütten und sofort verwenden.

Salsa Mexicano



Zubereitung: 5 Minuten
Verarbeitung: 3-5 Sekunden
Ergibt: 2 Tassen (480 ml)

2 große frische Tomaten, geviertelt
100 g Jalapeñoschoten
100 g grüne Chilischoten, aus der Dose
2 Esslöffel (30 ml) Tomatenmark
1/2 Tasse (10 g) frischer Koriander
1/2 Teelöffel Salz (wahlweise)

1. Geben Sie alle Zutaten in der aufgeführten Reihenfolge in den Behälter,

setzen Sie den Deckel auf und lassen Sie ihn einrasten.

2. Variable 1 wählen.
3. Stellen Sie das Gerät an und erhöhen Sie die Geschwindigkeit zügig auf Variable 4 oder 5.
4. 3-5 Sekunden mischen, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist. Verwenden Sie den Stößel, um die Zutaten in die Messer zu drücken. Nicht zu lange rühren. Sie können vor dem Servieren Mais oder schwarze Bohnen hinzufügen, das ergibt eine interessante Geschmacksvariante.
5. Mit Tortillachips servieren.

Einfache Nasszerkleinerungsrezepte für den Anfang

Marinarasoße



Zubereitung: 10 Minuten
Verarbeitung: 30 Sekunden
Ergibt: 4 Tassen (960 ml)

1 Karotte mittlerer Größe, halbiert
1 Esslöffel Olivenöl
(wahlweise)
3 Knoblauchzehen, geschält
2 kleine Zwiebeln, geschält und
geviertelt
2 Pfund (910 g) frische Tomaten,
enthäutet und
geviertelt
1/2 Teelöffel getrockneter
Oregano
1 Teelöffel getrocknetes,
zerstoßenes Basilikum
1/4 Teelöffel schwarzer Pfeffer
1 Lorbeerblatt

1. Geben Sie alle Zutaten bis auf das Lorbeerblatt in der aufgeführten Reihenfolge in den Vitamix-Behälter, setzen Sie den Deckel auf und lassen Sie ihn einrasten.
2. Variable 1 wählen.
3. Maschine anstellen und schnell auf Variable 10 schalten, dann auf High.
4. 30 Sekunden mixen.
5. In eine Pfanne umfüllen, das Lorbeerblatt hinzufügen und bei niedriger Hitze 30 Minuten köcheln lassen, gelegentlich umrühren.
6. Zu gebratenem Hähnchen, Fisch oder Pasta servieren.

Gewürfelte Kartoffeln für Hashbrowns (Rösti-Art)



Zubereitung: 10 Minuten
Verarbeitung: 10 Sekunden
Ergibt: 4 Tassen (960 ml)

5 Kartoffeln mittlerer Größe, in
ca. 1,5 cm große Stücke
geschnitten
Wasser zum Bedecken

*Hinweis: Das Rezept kann für
kleinere Mengen reduziert
werden.*

1. Kartoffeln bis zur 1,4-Liter-Markierung in den Vitamix-Behälter füllen. Wasser bis zur 1,9-Liter-Markierung hinzufügen, Deckel aufsetzen und einrasten lassen.
2. Variable 5 oder 6 wählen.
3. Langsamere Geschwindigkeit liefert gröbere Zerkleinerung. Circa 10 Sekunden einschalten, ggf. den Stössel verwenden.
4. Abgießen. Spülen Sie überschüssige Stärke unter fließendem Kaltwasser ab. Das Wasser ausdrücken und in heißem Öl braun anbraten.

HERSTELLUNG GEFRORENER LECKEREIEN

Das fantastischste Dessert, das Sie in Ihrem Vitamix®-Gerät zubereiten können, ist eine köstliche gefrorene Leckerei. Und was noch fantastischer ist: in weniger als einer Minute! Das wirkliche Geheimnis ist die leistungsstarke Hammermühle und die Schneidmesser, die gefrorenen Zutaten in Sekundenschnelle crushen und schneiden. Die Einwirkung der Messer erzeugt eine länger gefrorene Oberfläche, die Kälte abgibt. Das Vitamix-Gerät ist so schnell, dass die ganze Zubereitung in ca. 30 Sekunden erledigt ist und die Mischung keine Zeit hat, zu schmelzen. Es gefriert sich sogar sofort selbst und erzeugt eine geschmeidige und leckere Softeiscreme.

HERSTELLUNG GEFRORENER LECKEREIEN

► SCHRITT FÜR SCHRITT

Gefrorener Erdbeerjoghurt

Zubereitung: 5 Minuten

Verarbeitung: 30-60 Sekunden

Ergibt: 3 Tassen (720 ml)

1 Tasse (245 g) fettfreier Joghurt (Natur, Vanille oder Erdbeer)

Ca. 1 Pfund gefrorene Erdbeeren, ungesüßt

1/3 Tasse (65 g) Zucker oder anderes Süßungsmittel zum Abschmecken

1. Geben Sie alle Zutaten in der aufgeführten Reihenfolge in den Behälter, setzen Sie den Deckel auf und lassen Sie ihn einrasten.
2. Variable 1 wählen.
3. Maschine anstellen und schnell auf Variable 10 schalten, dann auf High.
4. Verwenden Sie den Stößel, um die Zutaten in die Messer zu drücken.
5. Nach 30-60 Sekunden ändert sich das Motorengeräusch, und es sollten sich vier Bällchen gebildet haben.
6. Gerät ausstellen. Nicht zu lange rühren, damit es nicht zu schmelzen beginnt. Sofort servieren.

Hinweis: Bei Verwendung von aromatisiertem Joghurt den Zucker weglassen.



Einfache Gefrierrezepte für den Anfang

Pfirsich-Soja-Sorbet



Zubereitung: 5 Minuten
Verarbeitung: 30-60 Sekunden
Ergibt: 3 Tassen (720 ml)

1 Tasse (240 ml) Sojamilch
Ca. 1 Pfund gefrorene Pfirsichscheiben, ungesüßt
1/4 Tasse (50 g) Zucker oder anderes Süßungsmittel zum Abschmecken

1. Geben Sie alle Zutaten in der aufgeführten Reihenfolge in den Behälter, setzen Sie den Deckel auf und lassen Sie ihn einrasten.

2. Variable 1 wählen.
3. Maschine anstellen und schnell auf Variable 10 schalten, dann auf High.
4. Verwenden Sie den Stößel, um die Zutaten in die Messer zu drücken.
5. Nach 30-60 Sekunden ändert sich das Motorengeräusch, und es sollten sich vier Bällchen gebildet haben.
6. Gerät ausstellen. Nicht zu lange rühren, damit es nicht zu schmelzen beginnt. Sofort servieren.

Orangensorbet



Zubereitung: 5 Minuten
Verarbeitung: 30-60 Sekunden
Ergibt: 5 Tassen (1,2 l)

2 Orangen, geschält und halbiert
2 Esslöffel Zucker oder anderes Süßungsmittel zum Abschmecken
4 Tassen (960 ml) Eiswürfel

1. Geben Sie alle Zutaten in der aufgeführten Reihenfolge in den Behälter, setzen Sie den Deckel auf und lassen Sie ihn einrasten.

2. Variable 1 wählen.
3. Maschine anstellen und schnell auf Variable 10 schalten, dann auf High.
4. Verwenden Sie den Stößel, um die Zutaten in die Messer zu drücken.
5. Nach 30-60 Sekunden ändert sich das Motorengeräusch, und es sollten sich vier Bällchen gebildet haben.
6. Gerät ausstellen. Nicht zu lange rühren, damit es nicht zu schmelzen beginnt. Sofort servieren.

Hinweis: Das Rezept kann für kleinere Mengen reduziert werden.

KOCHEN

Es ist schlichte Wissenschaft—und schlichtweg verblüffend mit Vitamix®! Kochen mit dem Vitamix-Gerät beginnt mit frischen Vollwertprodukten, und in vier bis sechs Minuten erhalten Sie eine kochend heiße Suppe mit allen Nährstoffen. Die Vitamix-Messer drehen sich so schnell, dass sie genügend Reibung erzeugen, um Kochhitze zu erschaffen. Einfach die bezeichneten Zutaten in das Gefäß werfen, den Schalter umdrehen und Sie werden die Erfahrung einer delikaten Gemüsesuppe machen, ohne Schälen oder Entfernen der Kernchen! Das Vitamix-Gerät macht vor Suppen nicht halt! Sie können mühelos klümpchenfreie Bratensoßen und Puddings zubereiten. Frische, Dosen- oder gefrorene Früchte kann man in köstliche Fruchtsirups verwandeln und sie auf Eiscreme, Pfannkuchen und Waffeln genießen.

KOCHEN

► SCHRITT FÜR SCHRITT

Hähnchen-Kartoffel-Spinatsuppe

Zubereitung: 5 Minuten

Verarbeitung: 4-5 Minuten

Ergibt: 4 Tassen (960 ml)

1 Tasse (240 ml) salzarme Hühner-,
Rinder- oder Gemüsebrühe

1 1/2 Tassen (360 ml) Magermilch

1/2 kleine, geschälte Zwiebel

3 Kartoffeln mittlerer Größe, gebacken
oder gekocht, mit Schale (1 Kartoffel für
später aufheben), halbiert

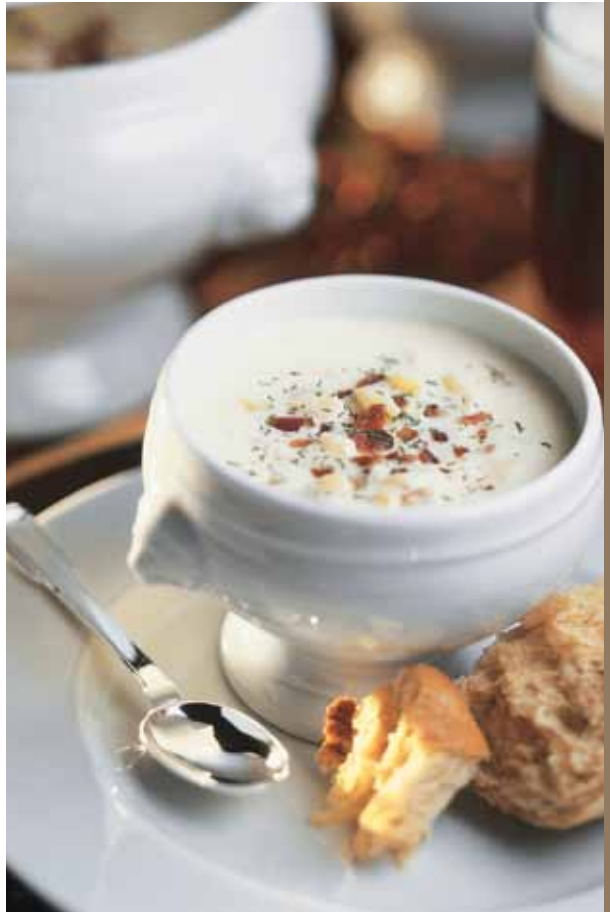
1/8 Teelöffel getrockneter Rosmarin

1 Esslöffel Spinat, gekocht oder gefroren

140 g Hähnchenbrust, ohne Haut und
Knochen, gekocht und aufgeschnitten

Salz zum Abschmecken

1. Geben Sie Brühe, Milch, Zwiebel, zwei Kartoffeln und den Rosmarin in der aufgeführten Reihenfolge in den Behälter, setzen Sie den Deckel auf und lassen Sie ihn einrasten.
2. Variable 1 wählen.
3. Machine anstellen und schnell auf Variable 10 schalten, dann auf High.
4. 4-5 Minuten laufen lassen, bis die Masse kochend heiß ist. Geschwindigkeit auf Variable 3 reduzieren.
5. Deckelverschluss abnehmen und Spinat und die letzte Kartoffel hinzugeben. Lassen Sie das Gerät laufen, bis die Kartoffel zerkleinert ist, ca. 15 Sekunden. Hähnchen dazugeben und weitere 5 Sekunden laufen lassen.
6. Sofort servieren.



Hinweis: Vorsicht beim Verarbeiten heißer Flüssigkeiten! Heisser Dampf oder Spritzer können Verbrennungen verursachen. Deckelverschluss immer auf dem Deckel und den Deckel auf dem Behälter einrasten lassen.

DEUTSCH

Einfache Kochrezepte für den Anfang

Pesto



Hinweis: Rezept reicht für 1 Pfund Pasta.

Zubereitung: 5 Minuten
Verarbeitung: 1 Minute
Ergibt: 1 1/2 Tassen (360 ml)

1/2 Tasse (120 ml) Olivenöl
1/2 Tasse (50 g) geriebener
Parmesankäse
3 mittelgroße Knoblauchzehen,
geschält
2 Tassen (80 g) frische
Basilikumblätter
3 Esslöffel (25 g) Pinienkerne
Salz und Pfeffer zum
Abschmecken

1. Geben Sie alle Zutaten außer Salz und Pfeffer in der aufgeführten Reihenfolge in den Behälter, setzen Sie den Deckel auf und lassen Sie ihn einrasten.
2. Variable 1 wählen.
3. Stellen Sie das Gerät an und erhöhen Sie die Geschwindigkeit zügig auf Variable 7.
4. 1 Minute mischen und die Zutaten mit dem Stößel nach unten drücken, damit sie von den Messern erfasst werden.

Blaubeersoße mit fünf Gewürzen



Hinweis: Zu gegrilltem Schweinefilet, Hähnchen oder Ente servieren.

Zubereitung: 5 Minuten
Verarbeitung: 5-6 Minuten
Ergibt: 2 1/2 Tassen (600 ml)

1/4 Tasse (60 ml) Apfelessig
3 Tassen (430 g) frische oder
gefrorene Blaubeeren
1/2 Teelöffel gemahlener Zimt
1 Teelöffel chinesisches Five-
Spice-Gewürzpulver
6 schwarze Pfefferkörner
1/4 Tasse (50 g) Zucker
1/2 Tasse (120 ml) Oliven

1. Geben Sie alle Zutaten außer Olivenöl in der aufgeführten Reihenfolge in den Behälter, setzen Sie den Deckel auf und lassen Sie ihn einrasten.
2. Variable 1 wählen.
3. Maschine anstellen und langsam auf Variable 10 schalten, dann auf High.
4. 5 bis 6 Minuten mischen oder bis am Deckelverschluss kräftig Dampf austritt.
5. Geschwindigkeit auf Variable 5 reduzieren und Deckelverschluss öffnen.
6. Das Olivenöl durch die Deckelöffnung dazugeben. Weitere 20 Sekunden mixen.



MAHLEN IM BEHÄLTER FÜR NASSVERARBEITUNG

Unser Behälter für Nassbearbeitung ist bestens geeignet zum Mahlen von Lebensmitteln, die Feuchtigkeit enthalten, so wie Nüsse und Fleisch. Die Nassmesser ziehen die Mischung für eine angemessene Verarbeitung hinunter in den Mixer, und die maßgefertigte Hammermühle und die Schneidmesser machen die ganze Arbeit für Sie. Rohes oder gekochtes Fleisch und Nussbutter werden am besten mit den Messern für die Nassverarbeitung zubereitet und können für viele köstliche Rezepte benutzt werden.

MAHLEN IM BEHÄLTER FÜR NASSVERARBEITUNG

► SCHRITT FÜR SCHRITT

Erdnussbutter

Zubereitung: 2 Minuten

Verarbeitung: 1-2 Minuten

Ergibt: 1 3/4 Tassen (420 g)

3 Tassen (440 g) ungesalzene, geröstete Erdnüsse

ACHTUNG! Ein übermäßiger Betrieb führt zur Überhitzung Ihrer Maschine! Lassen Sie die Maschine, wenn die Zutaten sich gut vermischt haben, nicht länger als 1 Minute laufen.

1. Füllen Sie die Erdnüsse in den Vitamix-Behälter, setzen Sie den Deckel auf und lassen Sie ihn einrasten.
2. Variable 1 wählen.
3. Maschine anstellen und schnell auf Variable 10 schalten, dann auf High. Dabei die Zutaten mit dem Stössel nach unten drücken, damit sie von den Messern erfasst werden
4. Nach 1 Minute ist ein lautes, tuckerndes Geräusch zu hören. Sobald die Messer leichter durch die Butter gleiten, ändert sich das Motorgeräusch. Gerät ausstellen.
5. In einem luftdichten Behälter aufbewahren oder zur längeren Aufbewahrung tiefgefrieren.



Einfache Nassbehälterrezepte für den Anfang

Gekochtes oder rohes Fleisch



Hinweis: Stellen Sie bei der Verarbeitung von rohem Fleisch sicher, die Vorgehensweise für sichere Handhabung zu befolgen. Rohes Fleisch eignet sich hervorragend für Pasteten, Knödel oder Frikadellen. Gekochtes Fleisch kann für Salate, Aufstriche oder kompakte Suppen verwendet werden.

1. Das Fleisch zum Verarbeiten vorbereiten.
 - a. Gekocht: in 5 cm große Würfel schneiden
 - b. Roh: angefroren in 5 cm große Würfel schneiden.

2. Deckelverschluss entfernen und Variable 4 wählen.
3. Stellen Sie die Maschine an und legen Sie das Fleisch durch die Deckelöffnung auf die laufenden Messer. Mahlen Sie für beste Ergebnisse in kleinen Mengen (eine Tasse).
4. Geschwindigkeit auf Variable 6 erhöhen und das Gerät laufen lassen, bis die gewünschte Struktur/Grobkörnigkeit erreicht ist. Mahlen Sie für beste Ergebnisse in kleinen Mengen (eine Tasse, 240 g).

MAHLEN IM BEHÄLTER FÜR TROCKENVERARBEITUNG

Ein Behälter zur Trockenverarbeitung speziell für das Mahlen von Getreide, Reis und Kaffee kann bei Vita-Mix erworben werden. Während der Behälter für die Nassverarbeitung solche Aufgaben zwar bewältigen kann, führt der Behälter zur Trockenverarbeitung diese effizienter aus und ist deshalb empfehlenswert. Frisch gemahlenes Mehl dauert mit Ihrem neuen Vitamix-Gerät nur eine Minute. Der Behälter mit den mit "D" markierten Messern wird für das Mahlen von Vollkorngetreide verwendet. Nehmen Sie ganze Getreidekörner und verwandeln Sie diese in knuspriges frisches Brot, Brötchen oder heiße Haferflocken. Sogar Bohnen, Reis und Tapioka werden mühelos zu Mehl für den Gebrauch in glutenfreien Rezepten gemahlen. Ihr eigenes Getreide zu mahlen schafft Ihnen alle Ernährungsnutzen von konservierungsmittelfreiem, hausgemachtem Brot.

Hinweis: Informationen zum Mahlen von Kräutern finden Sie im Vollkorn-Kochbuch, das es beim Kauf des Behälters für die Nassverarbeitung kostenlos dazugibt.

MAHLEN IM BEHÄLTER FÜR TROCKENVERARBEITUNG

► SCHRITT FÜR SCHRITT

Mahlen Sie Ihren eigenen Kaffee

1. Füllen Sie 2 Tassen (400 g) Kaffeebohnen in den Vitamix-Behälter, setzen Sie den Deckel auf und lassen Sie ihn einrasten.
2. Variable 3 wählen.
3. Gerät einschalten und 10 bis 15 Sekunden laufenlassen. Je länger Sie die Bohnen verarbeiten, desto feiner die Mahlung und desto stärker Ihr Kaffee!



Einfache Trockenbehälterrezepte für den Anfang

Pulverisieren Sie Ihren eigenen Zucker



1. Füllen Sie 2 Tassen (400 g) Zucker in den Vitamix-Behälter, setzen Sie den Deckel auf und lassen Sie ihn einrasten.
2. Variable 1 wählen.
3. Machine anstellen und schnell auf Variable 10 schalten, dann auf High.
4. 30 Sekunden mixen. Pulver absetzen lassen, ehe Sie den Deckel öffnen.

Mahlen von Vollkorn für Cerealien



1. Füllen Sie 2 Tassen (400 g) ganze Getreidekörner in den Vitamix-Behälter, setzen Sie den Deckel auf und lassen Sie ihn einrasten.
2. Variable 1 wählen.
3. Stellen Sie das Gerät an und erhöhen Sie die Geschwindigkeit allmählich auf Variable 7 oder 8.
4. Bis zum gewünschten Feinheitsgrad mahlen. Je länger das Gerät läuft, desto feiner wird das Getreide, bis es schließlich zu Mehl vermahlen ist.

Einfache Trockenbehälterrezepte für den Anfang

Weizenvollkornmehl



Verarbeitung: 1 Minute
Ergibt: 2 Tassen (240 g)

1 3/4 Tasse (350 g) ganze Weizenkörner
1 Teelöffel Salz (wahlweise)

1. Geben Sie alle Zutaten in der aufgeführten Reihenfolge in den Behälter, setzen Sie den Deckel auf und lassen Sie ihn einrasten.
2. Variable 1 wählen.

3. Maschine anstellen und schnell auf Variable 10 schalten, dann auf High.
5. 1 Minute mahlen

***Hinweis:** Es wird empfohlen, die Körner vorher tiefzufrieren. Dies verhindert, dass die Maschine überhitzt. Mahlen Sie nicht mehr als 2 Tassen (400 g) auf einmal.*

Zubereitung frischer Semmelbrösel



Zubereitung: 1 Minute
Verarbeitung: 10 Sekunden
Ergibt: 1 Tasse (120 g)

1. 3 Brotscheiben zu einer Kugel formen. In den Vitamix-Behälter geben, Deckel aufsetzen und einrasten lassen.

2. Variable 1 wählen.
3. Stellen Sie das Gerät an und erhöhen Sie die Geschwindigkeit zügig auf Variable 8.
4. Das Ganze 10 Sekunden vermengen.

Mahlen im Behälter für Trockenverarbeitung

Getreide mahlen und Brotteig herstellen ist mit dem Vitamix-Gerät unterhaltsam und einfach.

Im vorherigen Abschnitt wurde erklärt, wie das Getreide im Behälter für Trockenverarbeitung gemahlen wird.

In diesem Abschnitt wird erklärt werden, wie leicht es ist Teig zu kneten... direkt im gleichen Behälter!



KNETEN

Nehmen Sie frisches Vollkorn—vollgepackt mit Nährstoffen—und verwandeln Sie es in einem einfachen Verfahren in gesundes hausgemachtes Brot. Ja, das Vitamix®-Gerät mahlt das Korn und knetet sogar den Teig, so dass Sie diesen nicht einmal berühren müssen. Die meisten Rezepte können im Behälter für Trockenverarbeitung ohne großen Aufwand hergestellt werden. Brotbacken ist vom Anfang bis zum Ende so einfach, dass Sie täglich gesundes, konservierungsmitelfreies Brot frisch backen können. Im Vitamix-Gerät zubereitetes Brot ist in vielen Hinsichten besser als das kommerziell erzeugte Weissbrot... mehr Ballaststoffe, mehr Vitamine und fabelhafter, frischer, hausgebackener Geschmack!

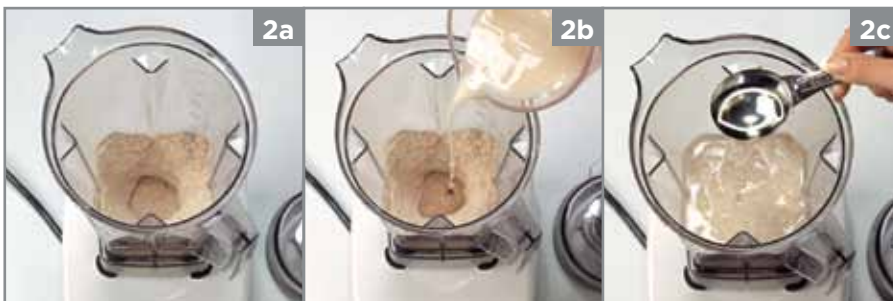
KNETEN

► SCHRITT FÜR SCHRITT

Weizenvollkornbrot

1. Wasser, Hefe und Honig amessen und vorbereiten.
 - a. 1 1/4 Tassen (300 ml) Wasser abmessen.
 - b. 1 Teelöffel Hefe und 1 Teelöffel Honig in das Wasser geben.
 - c. Rühren und 3-5 Minuten ruhen lassen.
2. Wasser, Hefe, Honig (und wahlweise Öl und Zitronensaft) zu 2 1/2 Tassen (300 g) Mehl hinzufügen.
 - a. Deckel samt Deckelverschluss entfernen. In der Mitte des Mehls hat sich nun ein Loch gebildet (2a).
 - b. Geben Sie das Wasser, die Hefe und den Honig genau in das Loch, das sich gebildet hat (2b).
 - c. 1 Esslöffel Öl und 1 Teelöffel Zitronensaft zugeben (wahlweise) (2c).

Hinweis: Falls Sie Weizenvollkornmehl verwenden, geben Sie 2 1/2 Tassen (300 g) Mehl in den Behälter, setzen den Deckel auf und lassen das Gerät 1 Sekunde lang auf Stufe High laufen. Dadurch bildet sich ein Loch im Mehl. Fahren Sie anschließend mit dem Rezept fort (wie in 2b gezeigt).



Einfache Kochrezepte für den Anfang

3. Den Teig mixen.
 - a. Deckel schließen und einrasten lassen.
 - b. Stellen Sie das Gerät auf Stufe High und lassen Sie es eine Sekunde lang laufen.
4. Teig kneten.
 - a. Deckel bei ausgeschaltetem Gerät (OFF) abnehmen. Kratzen Sie den Teig mit einem angefeuchteten Teigschaber von den Wänden des Behälters und schieben Sie ihn in die Mitte. Entfernen Sie den Schaber.
 - b. Schalter auf HIGH stellen und das Gerät rasch fünf Mal hintereinander EIN und AUS stellen.
 - c. Die Schritte 4a und 4b wiederholen, bis der Teig eine weiche, elastische Mischung ergibt. Auf den Messern bildet sich eine Teigkugel.
5. Den Teig entfernen, gehen lassen und backen.
 - a. Behälter über die vorbereitete Backform stülpen. Die Messer von Hand rotieren las Behälters drehen und so den Teig in die Backform fallen lassen.
 - b. Teigreste mit einem feuchten Teigschaber entfernen.
 - c. Mit dem nassen Teigschaber den Laib in Form bringen und ihn gleichmässig in die leicht beschichtete Backform (21,25 cm x 11,25 cm) drücken.
 - d. Den Teig an einer warmen Stelle 15-20 Minuten aufgehen lassen, bis er den Rand der Form erreicht.
 - e. Backofen auf 180° C vorheizen.
 - f. 35 bis 40 Minuten lang backen. Den Laib herausnehmen und auf einem Gitter abkühlen lassen.



